THE RECOVERY KERNEL

პროგრამა "ბეჰავიორული დამოკიდებულებები"

კომპულსური სექსუალური ქცევა.

ბიოლოგია, მოდელი და აღდგენა.

No judgment. No shame as a framework. Just the mechanism — and what actually works.

ეს არის ქცევითი დამოკიდებულება, რომელსაც ყველაზე დიდი შფარვა ახლავს თან.

როგორც ზემოთ აღნიშნა, სწორედ ამიტომ უნდა მოხდეს შფარვის მოხსნა სისტემიდან პირველ ეტაპზე.

კომპულსური სექსუალური ქცევის ꭓაიდგომობა შეტანილია ICD-11-ში (WHO, 2022). დოპამინის გზები, ოპიოიდული რეცეპტორების აქტივაცია, სიახლის მოტივირებული ცვლადი განაწილება – ეს არის ბიოლოგია. აღდგენის პროცესი იყენებს იმავეს არქიტექტურას, რაც ყველა სხვა დამოკიდებულებაში.

მთავარია, პირველ რიგში, ბიოლოგიაზე ყურადღება და focusing.

THE CENTURION – სქესობრივი აქტივობა არის ერთ-ერთი ყველაზე ძლიერი ბუნებრივი დოპამინის გამოყოფის საშუალება, რომელიც არსებობს. ევოლუციის მიერ ეს იყო განკუთვნილი.

სქესობრივი აქტივობა არის ძირითადი მექანიზმი, რომლის საშუალებითაც სახეობი გადიდებულია. ევოლუციის მიერ მოწოვნილია ასობით მილიონი წელი, რათა ის იყოს საკმარისად სასიამოვნო და სანდო გზა გამრავლებისთვის. შედეგი: დოფამინის გამოყოფა, რომელიც დაკავშირებულია სქესობრივ აქტივობასთან და ორგაზმთან, არის ერთ-ერთი ყველაზე მაღალი ბუნებრივი დოფამინური მოვლენა ადამიანის ნერვულ სისტემაში. ეს არ არის შემთხვევითობა ან კონსტრუქციული ნაკლი. ეს არის ბიოლოგიური პრიორიტეტული სარეგისტრაციო, რომელიც მიზნად ისახავს გამრავლებას.

ეს გრძნობს, რომ მექანიზმიდან მოვლენების მორალური შეფასება ამოღებულია: იმავე ნერვული ჯილდოების სისტემა, რომელიც ნარკოტიკების დამოკიდებულებას ხელს უწყობს, არის ის სისტემა, რომელიც სქესობრივი აქტივიტატის მოქმედებას გულისხმობს. სისტემა, რომელიც ჯილდოს მისაღებად იყო შექმნილი, კომპულსიურად გამოიყენება.

პრობლემა არ არის იმპულსი. პრობლემა ისაა, რაც ხდება მაშინ, როდესაც ეს იმპულსი თავისუფლების ნებას აუთვისებს.

1.1 — სრული ნეიროქიმიური პროფილი.

ნეიროქიმიური	რა მოქმედებს სქესობრივი აქტივობის დროს?	Зависимости შესავალი.
დოპამინი – მოლოდინის და სურვილის σηგნალი.	მწვარდება ექსციტაციის დროს. პიკს აღწევს ორგაზმის მომენტში. განსაზღვრავს იმ სასტიკი სურვილის ხარისხს, რომელიც მიმართულია კონკრეტულ მიზანს. დოპამინი არ არის თვითონ სიამოვნება. ეს არის მოტივაცია, რომელიც გრძნობილია მოსალოდნელი სიამოვნების მიმართ.	დოპამინი აკავშირებულია მოძიების ქცევასთან – იმ დროსთან, რომელიც სექსუალური აქტივობისთვის ხარჯდება. როგორც ნარკოტიკების დამოკიდებულებაში, დოპამინის ტოლერანტობა ვითარდება: ის სტიმული, რომელმაც ადრე გამოიწვია ინტენსიური ანტისციპაციური დოპამინი, ახლა ნაკლებად ეფექტურია და იწვევს უფრო მაღალი ინტენსივობის სტიმულებისკენ სწრაფვას.
ენდოგენური ოპოიდები — სასიამოვნების სტიმული.	ორგაზმის დროს და მას შემდეგ გამოიყოფა ენდორფინები და ენკეფალინები, რაც იწვევს თბილ, სასიამოვნო გრძნობებს ორგაზმის შემდგომ მდგომარეობაში. იმავე რეცეპტორულ სისტემას, რომელიც ექსოგენურ ოპიოიდებს (მორფინი, ოქსიკოდონი) ააქტიურია, ორგაზმის დროს აქტიურია ενδογενικοί οπιοειδείς.	ეს არის ის მიზეზი, რის გამოც ნალტრექსონი – მიუ-ოპოიდული რეცეპტორის ანტაგონiსტი, რომელიც გამოიყენება ალკოჰოლიზმისა და ოპიოიდების დამოკიდებულებისთვის – აქვს დამტკიცებული გავლენა კომპულსიურ სქესობრივ ქცევაზე. სექსუალური მოგების ოპოიდული კომპონენტი არის კონკრეტული და მის მიმართ შესაძლებელია ისეთივე ფარმაკოლოგიის გამოყენება, როდესაც გამოიყენება ნივთიერებების დამოკიდებულებისთვის.
ოქსიტოცინი — კავშირის სარეგისტრაციო ნიშანი.	გამოიყოფა ფიზიკური კონტაქტის, ორgasმის და გაგრძელებული თვალის კონტაქტის დროს. წარმოქმნის ასოციაციისა და სიახლოვის სურვილს კონკრეტულ პირთან, რომელთანაც ერთად მოხდა ოსიტოცინის გამოყოფა. ოსიტოცინი არის ის, რაც	კომპულსური სექსუალური ქცევა, რომელიც სპეციალურად ეწინააღმდეგება ურთიერთობას – პორნოგრაფია, პარტნიორების სწრაფი ცვლა გრძნობრივი კავშირის გარეშე – შესაძლოა გამოიწვიოს ორგაზმი, მაგრამ არ იწვევს ოქსიტოკინის გამოყოფას, რაც ჯანსაღი სექსუალობისთვის

	სქესობრივ ურთიერთობას გრძნობილებრივ კავშირად აქცევს.	დამახასიათებელია. სიამოვნება მხოლოდ ნაწილობრივ არის: აქტიურია დოპამინისა და ენდორფინების კომპონენტები, მაგრამ არ მოქმედებს ოქსიტოკინის კავშირის კომპონენტი. ეს იწვევს კონკრეტულ ნაკლებობას – ადამიანი სექსუალურად აქტიურია, მაგრამ გრძნობრივად დაკმაყოფილებული არ არის.
ვაზოპრესინი – წყვილის შექმნის სტიმული (განსაკუთრებით მამრებში).	მამრობითი ცხოველებში წყვილის კავშირების გაძლიერებაში ოქსიტოცინი მოქმედებს პარალელურად. ვაზოპრესინი ასოცირებულია დამცველობითი ბმაკავშირული იმპულსთან კონკრეტული პარტნიორის მიმართ – ეს არის "ამან მნიშვნელოვანია ჩემთვის" სიალი.	პრაქტიკულად ურიგო სქესობრივი აქტივობა მრავალი პარტნიორთან შესაძლოა შეამციროს ვაზოპრესინის ბმების რეაქცია, რაც იწვევს იმას, რომ თანდათანობით კლებულობს სქესობრივი ურთიერთობის გზით სიახლევის განცდის უნარი. ადამიანმა, რომელიც წლების განმავლობაში კომპულსიურად არის ჩართული სექსუალურ ურთიერთობებში, შესაძლოა თანდათანულად გაუჭირდეს ნამდვილი, ინტიმური კავშირების დამყარება.
სეროტონინი – სიმძვრესთან დაკავშირებული სარელე.	ორგაზმის შემდეგ სეროტონინი იზრდება და ხელს უწყობს რეფრაქტორულ პერიოდს – სექსუალური მოტივაციის შემცირების პერიოდს, რომელიც მოსდევს კმაყოფილებას. ეს არის ბუნებრივი "გამორთვის" მექანიზმი.	MDMA-ს გამოყენებასთან დაკავშირებული სეროტონინის სისტემის გავლენის მსგავსად, ქრონიკული, მოსაზიდი სექსუალური ქცევა შესაძლოა შეამციროს სეროტონინის "მობრუნების" სიგნალი, რაც იწვევს რეფრაქტორული პერიოდის შემცირებას, სწრაფად დაბრუნებას წყურვილზე და ნებისმიერი ერთი სექსუალური კონტაქტიდან კმაყოფილების მიღების პროგრესულად გაზრდილ გართულებას.

1.2 — სიახლის ფაქტორი: რატომ ამ კონკრეტულ დამოკიდებულებას არ აქვს ზედა ზღვარი.

უმეტეს ქცევითი დამოკიდებულებთან შედარებით, კომპულსური სექსუალური ქცევის სპეციფიკური ბიოლოგიური საფუძველი აქვს, რაც არ არის დაკავშირებული თამაშებს, ვიდეო თამაშებსა და მედიის მოხმარებასთან: ეს არის კულიჯის ეფექტი.

კულიჯის ეფექტი არის დოკუმენტირებული სქესობრივი რეაქცია მამმალებში (განიერად შესწავლილი, გავრცელებულია ყველა სახეობაში), რომლის დროსაც სექსუალური მოტივაცია აღდგება ახალი პარტნიორის გამოჩენით. მამრობითი ცხოველის, რომელიც უკვე დაიღო ერთ პარტნიორთან ურთიერთობიდან, სექსუალური აქტივობა განაახლებს ახალი პარტნიორის გამოჩენას. ეს არ არის ხასიათის ნაკლი – ეს არის ევოლუციური მექანიზმი, რომელიც ხელს უწყობს გენეტიკურ მრავალფეროვნებას. წინაპართა გარემოში ის შეზღუდული იყო ახალი პარტნიორების რეალურ ხელმისაწვდომობით. ციფრულ გარემოში ეს შეუზღუდავია.

კულიჯის ეფექტის მნიშვნელობა წინაპართა კონტექსტში.	რა ნიშნავს ციფრულ კონტექსტში?
სექსუალური მოტივაცია განისაზღვრება ნამდვილი პარტნიორის სიახლის მიერ. ეს ხშირად ხდება და რეგულირებულია პარტნიორების ხელმისაწვდომობით, სოციალურმა სტრუქტურით და რეპროდუქციის ფიზიკურ შესაძლებლობებით. კმაყოფილების მექანიზმი ფუნქციონირებს სწორად, რადგან რეალურ სამყაროში არსებული ახალი □□ ები შეზღუდულია.	პორნოგრაფია და ქალური შეხვედრების აპლიკაციები უზრუნველყოფენ ფაქტობრივად απεριόριστο რაოდენობას ახალი ვიზუალური პარტნიორის, ხოლო სოციალური ღირებულება ნულის ტოლია. კულიჯის ეფექტი იწყება თითოეულ ახალ ფოტოსურათთან, ვიდეოსთან ან პროფილით – რაც დოფამინის გამომუშავებას აძლიერებს და ეს პროცესი არ წყდება, რადგან სიახლე ყოველთვის არსებობს. ეს არის ზედმეტი სტიმული: ისეთ ინტენსიური და ხანგრძლივი სტიმულია, რაც ტვინის ჯილ □□ სისტემა ვერ ი handling.

მეორე ნაწილი — კომპულსური სექსუალური ქცევის □□□□□ი: რა არის და რისი არ არის.

THE CENTURION — მაღალი სექსუალური აქტივობა არ არის დაავადება. სექსუალური ქცევის თავისუფლების დაკარგვაა პრობლემა.

ჯანსაღი სექსუალური იმპულსის და კომპულსიური სექსუალური ქცევის ꟻəიდნი არ არის სიხშირეში, არ არის ჩართული აქტივობებში და არ არის ტრადიციულობაზე. ეს ეხება ნებაყოფობით კონტროლს და იმაზე, გვიწევს თუ არა ზიანი, რომელსაც ადამიანი ვერ წყვეტს, მიუხედავად იმისა, რომ მას სურს.

ეს არის კომპულსური სექსუალური ქცევა (ICD-11 კრიტერიუმების მიხედვით).	ეს არ არის აუცილებლად CSBD.
გამოწვევითი სექსუალური ქცევა ხშირად გამოხატავს ინტენსიური, გამეორებადი სექსუალური იმპულსების კონტროლის არყოფნას, მიუხედავად იმისა, რომ ადამიანი მას აკონტროლებს. სექსუალური აქტივირების გაგრძელება მაშინაც კი, როდესაც ის მნიშვნელოვან დისტრესს, ურთიერთობების დაზიანებას, ჯანმრთელობის რისკს ან ფუნქციურ შეზღუდვას იწვევს. ჯანმრთელობის, პირადი ჰიგიენის, პასუხისმგებლობების ან მნიშვნელოვანი საქმიანობების გაუყოლება სექსუალური აქტივირებისთვის საჭირო დროსა და ენერგიის გამო. ეს ქცევა არსებობს მნიშვნელოვანი პერიოდის განმავლობაში (ICD-11 კრიტერიონი: 6 თვე ან მეტი).	მაღალი სექსუალური იმპულსი ან სქესობრივი აქტივობის მაღალი სიხშირე, რომელიც კონტროლდება საკუთარ თავს და არ იწვევს ზიანს. უნაკონვენციო სექსუალური ინტერესები, რომლებიც თანხმობით ხორციელდება და არ იწვევს უსიამოვნებას ან ზიანს ადამიანს ან სხვა პირებს. გაზრდილი სქესობრივი აქტივობის პერიოდი, რომელიც მოჰყოლება მნიშვნელოვან ცვლილებას ცხოვრებაში (ახალი ურთიერთობა, ჯანმრთელობის აღდგენა, სტრესის შემცირება) და რომელიც ბუნებრივად სტაბილიზდება. ურთიერთობაში სექსუალური უნაკვეთი – რაც შეიძლება იყოს ურთიერთობების პრობლემა, არა კომპულსური ქცევის □□□□□ი.

2.1 — ქვეტიპები

სუბტიპი	რა სახე აქვს ამ ნაწილს?	კონკრეტული მექანიზმი, რომელიც მას ა□□.
კომპულსური პორნოგრაფიის გამოყენება.	მოხმარების გაზრდა, მიუხედავად იმისა, რომ სურვილია შემცირება ან შეწყვეტა. პორნოგრაფიაზე	სუპრანორმალური სტიმულაციის პრობლემა: შეუზღუდავი, ახალი ვიზუალური სტიმულები გიულიჯის

	დახარჯული დრო, რომელიც იცვლის სხვა δραმიანობებს, ურთიერთობებს და ძილს. უფრო ექსტრემულ კონტენტზე გადასვლა იმავე აღფრთოვანების მისაღწევად, რაც ადრე, ნაკლებად აგრესიულ კონტენტს მოჰქონდა. რეალურ პარტნიორთან სექსუალური აღგზნებლის მიღწევის გაძნარება, რაც ადრე, ინტენსიური პორნოგრაფიის გამოყენებამდე შესაძლებელი იყო.	ეფექტს ჰიპერაქტივირებას იწვევს, ხოლო დაკმაყოფილების მექანიზმი არ აქტიურია. დოპამინის ანტიკვიატორული სისტემა უწყვეტად აქტივირდება სიახლის გამო, რაც არასოდროს მთავრდება. ნევროლოგიური ადაპტაცია რეალურ სამყაროს სტიმულაციის მიმართ დესენსიტიზაციას იწვევს.
კომპულსური პარტნიორის ძიება.	სერიული სქესობრივი პარტნიორების მოპოვება იმპულსის საფუძველზე, ნამდვილი კავშირის სურვილის გარეშე. პარტნიორი იზომება, სექსუალური კონტაქტი ხდება და ინტერესი მაშინვე ქრება – რაც ციკლურ მოდელს ქმნის. რისკის ესკალაცია: თანდათანობით უფრო რთული და საშიშ კავშირები, რადგან ადამიანი ითვისებს დაბალი რისკის კონტაქტების გრძნობებს.	სტაბილური ჯილდოს შუალედის გაზრდა, ასევე ახალი პარტნიორის სიახლის გამოწვეული დოპამინი. კულუჯის ეფექტის რეალური გამოხატება. ბმების ფაზა (ოქსიციინინი) ან ხშირად იგნორირებულია, ან მხოლოდ მოკლე დროით გრძელდება და კომპულსური ქცევები ამას ხელს უშლის.
სექსი როგორც გრძნობათა რეგულირების მეთოდი.	ემოციური მდგომარეობის (ანXIეზის, დეპრესიის, მარტოობის, მოსაყინების, გულისწყრომის) კონტროლისთვის სექსუალური აქტივირების გამოყენება. სექსუალური აქტივობა ფარმაკოლოგიურად მოქმედებს: ის იწვევს ემოციური მდგომარეობიდან დროებითი □□□□□□ და მას ხელახლა უნდა განმეორდეს, როდესაც ეს მდგომარეობა tekrდება.	ოპიოიდული რეცეპტორების აქტივაცია ორგაზმის დროს იწვევს ნამდვილ, ხანმოკლე □□□□□□ αρνητικό эмоциональных состояний. ეს არის იგივე მექანიზმი, რაც ოპიოიდებით თვითმედიკაცია ემოციური ტკივილის შესამსუბრად. ადამიანი, რომელმაც შეი öğrendა, რომ სქესობრივი აქტივობა სანდო □ ანგარით □□□□□წევს შფოთვას, ისე □□□□რებულად მიმართავს მას, როგორც შფოთვადი ადამიანი მიმართავს ალკოჰოლს.
კომპულსური მასტიურაცია (პორნოგრაფიის გარეშე).	სავალდებულო მასტიურაცია, რომელიც ხდება პორნოგრაფიის გარეშე და განპირობებულია ოპიატებისა და დოფამინის გამოყოფის საჭიროებით, ვიდრე სექსუალური მიზნების ან მოწონების გრძნობით.	ჯილკოსი სისტემის პირდაპირი აქტივაცია გარე სტიმულის გარეშე. ეს ხშირად არის ის ფორმა, რომელსაც ყველაზე დიდი შფარვით ახასიათებენ – ნაწილობრივ იმიტომ, რომ ეს ყველაზე ნათლად შინაგანია და

		არ უკავშირდება გარე მოქმედებას.

მესამე განყოფილება — სექსუალური იმპულსურობის ფარმაკოგენომიკა.

THE CENTURION — იმავე ფაქტორებმა, რომლებიც ადამიანს აბიუზისადმი მიდრეკვას უქმნის, იგივე საფრთხეებს ქმნის აქაც.

გენომური პროფილი, რომელიც ზრდის მიდგომარეობას კომპულსიურ სექსუალურ ქცევასთან, ძირითადად იროკვება იმ პროფილთან, რომელიც ზრდის მიდგომარეობას ნარკოტიკებისა და სხვა სახის ქცევითი დამოკიდებულებებთან. ეს არ არის დამთხვევა – ყველა ამ დამოკიდებულებას ააქტიური აქვს იგივე ჯილდოების სისტემა, და იგივე ცვლილებები ჯილდოების სისტემის ფუნქციონირებაში იწვევს მიდგომარეობას ყველა მათგანთან.

ვარიანტი	მექანიზმი.	CSBD-ის კავშირი.
DRD2 A1 ალელი — ჯილკოს ნაკლებობის სინდრომი.	D2 რეცეპტორების სიმჭლე 40%-ით შემცირებული. ყოველდღიური სიამოვნებები – საკვები, სოციალური ურთიერთობები, მიღწევები – ნაკლებ დოფამინერგიულ რეაქციას იწვევს იმ ადამიანებში, ვისაც აქვთ A1/A2 ან A2/A2 გენეტიკური ტიპი. ადამიანი ქრონიკულად არის მოწყვეტი ყოველდღიური გამოცდილების მიერ.	რბილად მოქმედი სტიმულაციური საშუალებები, მათ შორის სქესობრივი აქტივობა, აავსებს დოპამინის ნაკლებობას, რომელიც A1 ალელმა შექმნა. CSBD (კონტროლის გარეშე სექსუალური ქცევა) დაფიქსირებულია უფრო მაღალ მაჩვენებლებით DRD2 A1 მატარებლების პოპულაციებში. სქესობრივი აქტივობა უზრუნველყოფს დოპამინს, რომელსაც გაუძლეველი რეცეპტორების სიმცირე ვერ წარმოქმნის ჩვეულებრივი სტიმულირების შედეგად.
COMT Val158Met — ჯარისკაცის კონსტიტუცია.	სწრაფად მოხდება დოპამინის გაფანტვა. პიკი მკვეთრია და მინიმალური ნიშნულიც ისევე მკვეთრია. "მებრძოლი" განიცდის ყველაზე დიდ ცვლილებებს დოპამინის პიკებსა და მინიმალურ მნიშვნელობებს შორის. მომავალი დოზისკენ სწრაფვა აჩქარდება წინასწარი დოზის სწრაფად გაფანტვით.	მებრძოლის ინტენსივობის მოწოვნა და კონკურენტული სტრატეგიები კორელაციას გვიჩვენებს კომპულსიური პარტნიორის მოპოვებას (მიზნად ისახავს მისვლასა და დაპყრობას, რაც სპეციფიურად აქტივირებს მებრძოლის დოპამინის სისტემას) და პორნოგრაფული მასალების გამოყენების ეტაპობრივ ზრდას (უაღრესად ახალი და ინტენსიური სტიმულების საჭიროება, რომელიც აუცილებელია სწრაფ დოპამინის

		გაფანატრების შესაბამისობაში).
MTHFR C677T ჰომოზigoტური.	BH4-ს წარმოქმნის დარღვევა იწვევს დოპამინის და სეროტონინის სინთეზის შემცირებას. სეროტონინის დეფიციტი აქ განსაკუთრებული მნიშვნელობის მატარებელია – სეროტონინი არის სიმძვრესთან დაკავშირებული ნიშანი. სეროტონინის შემცირება იწვევს სიმძვრესთან დაკავშირებული გრძნობების შესუსტებას, რაც იმას ნიშნავს, რომ რეფრაქტორული პერიოდი მოკლეა და წყევლის სწრაფვა უფრო სწრაფად επιστρέφει.	MTHFR გენის მატარებლებში, რომლებსაც აქვთ სეროტონინის სინთეზის დარღვევა, სექსუალური აქტივიტის შემდეგ დაკმაყოფილების პერიოდი ბიოლოგიურად უფრო ხანმოკლეა. იმპულსური მოხმარება – მოკლე დაკმაყოფილება და სწრაფად დაბრუნებული ლტოლვა – ნაწილობრივ განპირობებულია სეროტონინის დაკმაყოფილების μηχανισμούის დარღვევასთან. 5-MTHF მკურნეობა პირდაპირ განიმსაზღვრავს ამ პრობლემას, ხელს უწყობს სეროტონინის სინთეზს.
MAO-A (მონოამინ ოქსიდაზა A) – იმპულსის კონტროლის გენი.	MAO-A ფერმენტი მონაწილეობს სეროტონინის და დოპამინის მეტაბოლიზაციაში. ზოგიერთი MAO-A ვარიანტი იწვევს ან ძალიან დიდ (დაბალი სეროტონინი, მაღალი იმპულსურობა) ან ძალიან მცირე (ნეიროტრანსმიტერების სხვა დარღვევები) დაშლას. დაბალი აქტივობის MAO-A ვარიანტი ასოცირებულია გაზრდილ იმპულსურობასთან და აგრესიასთან.	დაბალი აქტივობის MAO-A ფერმენტი ხშირად გვხვდება იმპულსური ქცევებისას, მათ შორის CSBD-ში. იმპულსურობის კომპონენტი – სექსუალური იმპულსზე რეაქცია შეკავების გარეშე, რაც უფრო მაღალი სეროტონინის დონე იძლევა – ნაწილობრივ MAO-A-ს მიერ კონტროლირდება.

IV განყოფილება — შფარვის წრე: რატომ აუწესებს შფარვი მდგომარეობას?

"ცენტურიონი" - ქცევისადმი შფარვითი დამოკიდებულება მიწევს ქვეშ, სადაც ის იზრდება. შფარვა არის კომპულსური სექსუალური ქცევის საფუძველი.

კომპულსური სექსუალური ქცევა არის ბეhaviorული დამოკიდებულება, რომელსაც ყველაზე მაღალი პროპორცია აქვს შფარვანთასა და მკურნალობისთვის მიმართვის შორის. ამ მდგომარეობაში მყოფ ადამიანთა რიცხვი, რომლებიც სამედიცინო yardım-ს ითხოვენ, უფრო დიდია, ვიდრე სხვა ნებისმიერი бეhaviorული დამოკიდებულების შემთხვევაში. ეს არის შფარვანტის გამო – კონკრეტულად, ინტენსიური შფარვანტის გამო, რომელიც სექსუალური კომპულსისთან დაკავშირებულია □□□□ კულტურულ კონტექსტებში.

შფარვის სპირალი არის ურთიერთგამაძლიერებელი და კონკრეტულად ანტისარგებლური:

შფარულობის მუდმივმაგირი.

1. კომპულსური ქცევა ხდება.
2. ინტენსიური შფარვა მოჰყვება – „რა არ არის ჩემში, რატომ ვერ ვ stops ამას?“
3. სამორწმუნეობა გულმომძვრავს ემოციურ ტკივილს (ანXIეტა, დეპრესია, საკუთარი თავის შეფასებაში უარყოფითი გრძნობა).
4. იმპულსური ქცევა არის ერთ-ერთი ყველაზე სანდო საშუალება, რომელიც ხელმისაწვდომია გონებრივი ტკივილის შეს alleviating (ოფოიდული რეცეპტორების აქტივაცია).

პროცესი ისევ იმეორება, რათა გაუქცილდეს ის უსიამოვნება, რომელიც წინასწარმომზადებული ქცევით იყო გამოწვეული.

6. უფრო დიდი შფარვა. საიდუმლოება გრძნავდება. იზოლაცია მატულობს. ეს ქცევა არის ერთადერთი სანდო საშუალება, რომელიც ხელმისაწვდომია იზოლირებულ და შეწყეული მდგომარეობაში მყოფ ადამიანისთვის და მას ხსნის.

კომპულსური სექსუალური ქცევის შფარვა არ □□□□□ერბ მას. შფარვი ზრდის იმ გრძნობრივ ტკივილს, რომელსაც ეს ქცევა უნდა აფრიალებდეს. შფარვი არის ის მექანიზმი, რომელიც შენარჩუნებს ამ ციკლს.

ეს არ არის ისეთი аргумента, რომელიც ამტკიცებს, რომ ქცევა მისაღებია ან რომ მისი შედეგები უნდა იყოს შეზღუდული. ეს არის დაკვირვება მექანიზმის შესახებ: შფარვითი მიდგომა კომპულსური სექსუალური ქცევის მკურნალობაში ფარმაკოლოგიურად ეწინააღმდეგება. ის ზრდის იმ ტკივილს, რომელსაც ქცევა იწვევს და რომელიც არის მედიკამენტოზული რეაქცია. ეფექტური მიდგომა მთლიანად ამოცილებს შფარველობას და აწესებს ქცევას როგორც ბიოლოგიურ და ფსიქოლოგიურ ნიმუშს.

4.1 — კონფიდენციალობა, როგორც შენარჩუნების ფაქტორი.

იდუმილება კონკრეტულად შლის კომპულსურ სექსუალურ ქცევას რამდენიმე მექანიზმის საშუალებით:

- ბ □□ ი ვერ იქნება გაანალიზებული - ქცევა, რომელიც დამალულია ყველა ურთიერთობათა პარტნიორის და მკურნალისგან, არ შეიძლება იყოს შესწავლილი, გამოვლენილი ან მოგვარებული იმ ურთიერთობრივ კონტექსტში, რომელიც მკურნალობას საჭიროებს. ბ □□ ი არსებობს სიბნელეში, სადაც ის იზრდება.
- ორმაგი ცხოვრება კოგნიტურად ძვირფასი არის – საზოგადოებრივი და პირადი სექსუალური იდენტობების ერთდროულად შენარჩუნება მნიშვნელოვანი კოგნიტური რესურსების მოითხოვას, რაც სხვა შემთხვევაში ხელმისაწვდომი იქნებოდა აღდგენის პროცესისთვის. ადამიანი, რომელიც თავის საიდუმლოს მალავს, არ არის სრულიად თავისუფალი, რომ მთლიანად ჩაერთოს აღდგენაში.
- მალულობა ხელს უშლის პასუხისმგებლობის დაკისრებას – იმპულსური ქცევების შესაცვლელად ყველაზე ეფექტური მექანიზმია ურთიერთობები, სადაც არსებობს პასუხისმგებლობა. ადამიანი, რომლის იმპულსურ ქცევებს არ იცის ვინმე, ვინც მას კარგად □ აზნობს, არ აქვთ გარე პასუხისმგებლობის სტრუქტურა.
- ტრავმის გამოვლენა – ურთიერთობები, რომლებიც ირღვევა, როდესაც პარტნიორმა აღმოაჩენს ხანგრძლივად დამალულ საიდუმო სექსუალურ ქცევას, პარტნიორებში განსაკუთებულ ტრავმულ რეაქციას (ღალატის ტრავმას) იწვევს, რაც უფრო მძიმეა, ვიდრე თვითონ ქცევამ შეგზავნულიყო, თუკი ის წინასწარ იქნა გაზიარებული. რაც უფრო დიდხანს არის საიდუმო, მით უფრო დიდი ზიანი მიყენება ხდება.

მეხუთე თავი — ტრავმის კავშირი.

"THE CENTURION" - ეს არის ქცევითი დამოკიდებულება, რომელსაც ყველაზე მაღალია ფიზიკური ტრავმის არსებობის რისკი. მნიშვნელოვანია მისი დასახელება, თუმცა ის არ უნდა იყოს მთლიანი ახსნა.

ბავშვობის არასასიამოვნო გამოცდილებები (ACEs) – განსაკუთრებით სექსუალური ტრავმა, ასევე ფიზიკური ძალადობა, გონებრივი მოვლენა და ოჯახში არსებული პრობლემები – მნიშვნელოვნად ხშირად გვხვდება იმ ადამიანებში, რომლებიც აფთაქიური სექსუალური ქცევის □□□□□ ით არიან დაავადებულნი. ეს კავშირი არ არის მიზეობრივი ყველა შემთხვევაში და არ არის მთელი ისტორია არც ერთ შემთხვევაში. თუმცა, ის საკმარისად გავრცელებულია, რომ იყოს მთავარი კლინიკური ფაქტორი.

მექანიზმი	როგორ იწვევს CSBD-ს რისკი?	მკურნალობის გავლენა.
ქონების პირველადი ტრავმა, რომელმაც სექსუალური ხასიათი მისცა რეაქციას ტრავმის.	როდესაც სექსუალური გამოცდილება ტრავმულ გარემოში ხდება ადრეული განვითარების პერიოდში,	ტრავმის სპეციფიკური თერაპია (EMDR, სომატური გამოცდილება, ტრავმაზე ორიენტირებული

	ნევროლოგიური კავშირი სექსუალური აღგზნებასა და ტრავმის რეაქციას შორის (ჰიპერ-აღგზნება, შფოთვა, აღვივრებულობის/შიშის კონფლიქტი) შეიძლება გამყარდეს. ადამიანი ნაწილობრივ სწორედ იმისთვის მისდევს სექსუალურ აქტივობას, რომ ხელახლა განიცადოს და გადაამუშაოს ტრავმა, რომელიც არასოდეს გახსენებულა. ამისდა მიხედვით, კომპულსიური ხასიათი ნაწილობრივ არის გაუმუშავებელი ტრავმის კომპულსიური ხასიათი.	კოგნიტური-ბიჰევიორალური თერაპია) აუცილებელია ქცევითი ინტერვენციის პარალელურად. მხოლოდ ქცევითი მართვა, ტრავმის დამუშავების გარეშე, მკურნავს მხოლოდ სიმპტომებს, ხოლო არა მიზეზს.
ემოციური დაგვირგვინება და აფექტის რეგულირების სწავლება.	ბავშვები, რომელთა ემოციური საჭიროებები მოუვლენდათ მომვლენებმა, სწავლობენ, როგორ აკონტროლონ ემოციური უსიამოყოფა საკუთარი ძალებით. როდესაც სქესობრივი აქტივობა აღმოჩნდება როგორც ემოციების რეგულირების საშუალება – რაც ხშირად ხდება მოზარდობაში – ის ხდება მთავარი ინსტრუმენტი, რომლითაც ისინი მართავენ უსიამოყოფას, როდესაც მათ არ აქვთ მომვლენების მხრიდან თანმონაწილეობა.	რომელმაც პირმა განიცადა, რომ სექსუალური აქტივობა გამოიყენება ემოციური რეგულირებისთვის, სანამ განვითარებულა სხვა ემოციური რეგულირების უნარები, მას უნდა ჰქონდეს ალტერნატიული ემოციური რეგულირების საშუალებები – არ შეიძლება მხოლოდ სექსუალური თვითრეგულირების შეწყვეტა, თუ არ არსებობს შესაცვლელი.
დაკავშირებული ურთიერთობების დარღვევა და ანვიზული/გარიყება.	უმაღლებული ან დაბალი ბმა (ანქსიოზური ან ავოიდიური) იწვევს კონკრეტულ სექსუალურ ქცევის ნიმუშებს. ანქსიოზური ბმა აძლიერებს სექსუალური კავშირების კომპულსივ მოძებნას, რათა გაფარტოვდეს ბმის შიშები. ავოიდიური ბმა იწვევს სექსუალური აქტივობის ნიმუშს გარეკლული სიახლოვის გარეშე – ის კავშირი, რომელიც შესაძლოა გამოწვიოს ببسآადმი მიდგომა,	ატენსიაზე ორიენტირებული თერაპია განიხილავს ურთიერთობის საფუძველო მოდელს. CSBD არის მიჭიდების სტრატეგიის სიმპტომი – მიჭიდების სტრატეგიის შეცვლა იწვევს ქცევის ფუნქციის ცვლილებას.

	evzomiteba, ხოლო ის აქტივობა, რომელიც მას იმიტაციას უზრუნველყოფს, მაგრამ არ მოითხოვს پسپ؟ადმი მიდგომას, ხორციელდება.	

მნიშვნელოვანი შენიშვნა: ყველა ადამიანს, ვისაც აქვს კომპლექსური ქცევითი ბიჰევიორალური დარღვევა (CSBD), არ აქვს ტრავმის ისტორია. ბევრი მათგანი არ ἔχει. ტრავმის ისტორია, როდესაც არსებობს, მნიშვნელოვანია და მას უნდა მოგვარდეს. თუ ის არ არის, მისი არ უნდა იყოს ვარაუდი ან შეტანილ იქნეს კლინიკურ სურათში. მხოლოდ ბიოლოგიური ფაქტორები – ჯილოს ნაკლებობა, კულიჯის ეფექტი, დოპამინის/ოფოიდების გრუნტის აქტივაცია – საკმარისია, რათა წარმოიშვას CSBD ტრავმის გარეშე, როგორც დამხმარე ფაქტორის გარეშე.

მეხუთე თავი — პორნოგრაფიასთან დაკავშირებული პროფილი.

THE CENTURION – პორნოგრაფია არის სუპრანორმალური სტიმული – ის უფრო ინტენსიურია, ვიდრე ნებისმიერი ისეთი სტიმული, რომელსაც ტვინის სექსუალური ჯილ □□ სისტემა განვითარდა ამ მოცულობაში დამუშავებისთვის.

პორნოგრაფიის გამოყენების დამოკიდებულება არის ყველაზე გავრცელებული გამოვლინება კომპულსური სექსუალური ქცევის თანამედროვე კლინიკურ პრაქტიკაში. ინტერნეტმა უზრუნველყო, ნულოვანი ფასით და ნულოვანი სოციალური რისკის გარეშე, თითქმოს შეუზღუდავი რაოდენობის ახალი ვიზუალური სექსუალური პარტნიორის ხელმისაწვდომობა - რაც გააააქტივა "კულიჯის ეფექტს" ისე, როგორც ეს არასდროს იყო შესაძლებელი ადამიანისთვის წინა პერიოდებში. ტვინის ჯილდოების სისტემა არ არის შექმნილი ამ მასშტაბის ინფორმაციისთვის.

6.1 — მძიმე პორნოგრაფიის გამოყენების კონკრეტული ნევროლოგიური გავლენები.

ეფექტი	მექანიზმი.	კლინიკური გამოვლინებები.
სექსუალური მოტივაციის დეზენსიტიზაცია.	დოპამინის ჯილდოების გრუნტის ხშირად და ზედმეტმა გაღვივებამ იწვევს იმავეს, რაც ნარკოტიკული საშუალებების მიმართ ტოლერანტობა: ისევ ისე ეწოდა "დაქვეითება". იმ სტიმულმა, რომელმაც თავდაპირველად ინტენსიური რეაქცია გამოიწვია, თანდათანობით ნაკლებ რეაქციას იწვევს. ადამიანი უფრო ახალ ან უკიდურეს კონტენტზე გადაგვლის, რათა მიაღწიოს წინასწარ არსებულ აქტივაციის დონეს.	ესკალაციის მოდელი: ადამიანი, რომელმაც დაიწყო მსუბუქი კონტენტით და თანდათან გადავიდა უფრო უკიდურეს კატეგორიებზე, აჩვენებს იმ დესენსიტიზაციისა/ტოლერანტის ობის პროგრესიას, რაც ახასიათებს ნარკოტიკების დამოკლებას. ესკალაცია არ არის ხასიათის საკითხი – ეს არის რეცეპტორული რეგულაციისDownregulation.
გაუარკინებული რეალური პარტნიორის აღელვება.	ასაკიანი ტვინის სექსუალური რეაქციის სისტემა ითვისებს პორნოგრაფიული სტიმულების კონკრეტულ χαρακτηგამომვლით — ვიზუალურ, ახალგაზრდოვან, უპრობლემო და შეუზღუდავ. რეალურ პარტნიორებს არ აქვთ იგივე სიახლის ხარისხი, ისინი	ახალგაზრდა მამაკაცებში, იმპოტენცია, რომელიც ვლინდება რეალურ პარტნიორთან სქესობრივი ურთიერთობის დროს, მაგრამ არა პორნოგრაფიის გამოყენებისას, არის დადასტურებული კლინიკურ პაციენტებში, რომლებიც აქვთ

	არ არის ხელმისაწვდომები იმავე გზით და მოითხოვენ სოციალურ და ემოციურ ურთიერთქმედებას, რაც პორნოგრაფიას არ გვთავაზობს. ის აღვივრებადობა, რომელსაც ერთ დროს რეალური პარტნიორისთანა ურთიერთობაში განიცდიდა იმის გამო, რომ ტვინის ჯილდოების სისტემა იყო "გაჯიგრილებული" პორნოგრაფის მიერ, ხდება უფრო რთული.	ხანგრძლივი პორნოგრაფიის გამოყენების ისტორია. ეს ნევროლოგიური პრობლემაა, ფსიქოლოგიური კი არა. ჯილდოების სისტემა შეიცვალა და რეალური პარტნიორი ვერ ახერხებს იმავე სტიმულს შექმნას.
ფრონტალური ქორტის ფუნქციის დარღვევა იმპულსების კონტროლისთვის.	მძიმე პორნოგრაფიის გამოყენება ასოცირებულია წინასაყურადებელი ქერტლის მოცულობის შემცირებასთან და წინასაყურადებელი-ლიმბიკური კავშირობების შესუსტებასთან ნეიროვიზუალურ კვლევებში – ეს არის იგივე მოდელი, რაც ნარკოტიკების დამოკიდებულებაში. წინასაყურადებელი ქერტლი წარმოქმნის "დაყენების" სიგნალს. როდესაც ის ფუნქციონირებას იწყებს, ლიმბიკური სისტემა ოპერირებს შემცირებული კონტროლის შესაძლებლობით.	ადამიანი, რომელიც აცხადებს, რომ გინდა პორნოგრაფიის გამოყენება შეწყვიტოს, მაგრამ ვერ ახერხებს ამას – ვინც იგეგმავს შეწყვეტას, იწყებს შეწყვეტას, შემდეგ კი ისევ უბრუნდება მის გამოყენებას – აღწერს წინანა□იური კონტროლის დარღვევას ემოციურ მოტივაციაზე. ეს არ არის ნებისყოფის ნაკლებობა. ეს არის დამონstrated ნევროლოგიური ეფექტი, რომელიც გამოწვეულია ინტენსიური გამოყენების გავლენით კონტროლის სისტემაზე.

6.2 — პორნოგრაფიისგან გამოჯანმრთელების პროგრამა.

პორნოგრაფიის მოხმარების შეწყვეტის განსაზღვრება: განმარტება, რისი ნიშველია "შესწევნა", პროგრამას დაწყებამდე. □□□□ □□□□ ადამიანებისთვის, რომლებიც პორნოგრაფიის გამოყენების დარღვევისგან გამოჯანმრთელებას განიხილავენ, "შესწევნა" ნიშნავს: არანაირი მიზნობრივი პორნოგრაფიული კონტენტის (ვიზუალური ან წერილობითი სექსუალური შინაარსი, რომელიც სპეციალურად არის შექმნილი აღგვრევისთვის) გამოყენება. ეს განმარტება იძლევა შესაძლებლობას, რომ მასტურბაცია (პორნოგრაფის გარეშე) იყოს ცალკეული საკითხი, რომელსაც თითოექვსი ადამიანი წყვეტს თავისი ინდივიდუალური გამოჯანმრთელების მოდელის და ღირებულებების შესაბამისად.

- გამოყენების კონტროლის პროგრამული უზრუნველყოფა: Covenant Eyes, Bark, Circle ან მსგავსი ინსტრუმენტები, რომლებიც ან ფილტრირებენ პორნოგრაფიულ შინაარსს, ან აცნობებენ კონტაქტურ პირს (ან "გამოყენების კონტროლის პარტნიერს") წვდომის ვარჯიშებს. გამოუყენებლობის კონტაქტური პირი იცის, რომ ადამიანი ამ პრობლემის გადაჭრისთვის მუშაობს. საიდუმლოების მექანიზმი წყვეულია. პროგრამული უზრუნველყოფა ინსტალირებულია და პარტნიორის

ელექტრონული ფოსტის მისამართი არის დარეგისტრირებული, სანამ შემდეგი იმპულსი გაჩნდება, არა მისი წარმოქმნისას.

- მოწყობილობის შეხება: თუ ტელეფონი არის მთავარი წყარო, აიღეთ მობილური ბრაუზერი ტელეფონიდან. თუ კომპიუტერია მთავარი წყარო, გადაიტანეთ კომპიუტერი სახლის საჯარო სივრცეში. მოიშორეთ პირადმაგვარი სანახავი გარემო - ეს ქცევა ყვანთობს კონფიდენციალობაში და იკლებება ხილვადობაში.
- პორნოგრაფიის მოხმარების იმპულსი ყველაზე ინტენსიურად იგრძნობა და გაივლის დაახლოებით 15-30 წუთში, თუ არ იქნება რეაგირება. უნარის განვითარება, რომ შევხედოთ იმპულსს, მაგრამ არ მოგვიქცეს მას – რომ "დავინავლავთ" იმპულსის ტალღას, ვიდრე რომ რეაგირება გავუწიოთ მას, არის პორნოგრაფიული დამოკიდებულების აღმოსადგენლად საჭირო მთავარი უნარი. თითოეული წარმატებული 20-წუთიანი "იმპულსის დაინავლება" აძლიერებს ნევროლოგიურ წინააღმდეგობას იმპულსის მიმართ, რაც დროთა განმავლობაში ამცირებს მის გავლენას.
- ცივი წყლით სხეულის ან სახის обливание: ცივი წყლის ტექnika სპეციალურად ააქტიურირებს "დაშვების" რეფლექსს და ნორეპინეფრინის პასუხს, რომელიც ხელს უშლის დოპამინის მოქმედებას, რაც მოტივაციას იწვევს. ეს მუშაობს ფიზიოლოგიურად, არა ძალისწრებით.
- 90 დღიანი პერიოდი: ნევროლოგიურმა კვლევებმა, რომლებიც პორნოგრაფიის გამოყენების დამოკიდებულებას ეხება, აჩვენა, რომ დაახლოებით 90 დღე სრულდება იმამდე, სანამ დესენსიტიზებული ჯილდოების სისტემა დაიწყებს ნორმალურ რეაქციას რეალურ სამყაროს სტიმულებზე. 90-დღიანი ვადია აღდგენის დასაწყისი, არა მისი დასრულება.

მეთექვსმეტე მუხლი — აღდგენის არქიტექტურა.

"ცენტურიონი" – იგივე სტრუქტურა, რაც ყველა სხვა ქცევითი დამოკიდებულების შემთხვევაში. ერთ-ერთი განსხვავება: მოწესრიგებულობის განმარტება უნდა იყოს კონკრეტული.

7.1 — სექსუალური ნარკოტიკული დამოკიდებულების □□□□□ ჩება.

სუბსტანციების დამოკიდებულებისგან განსხვავებით, სადაც მოწესრიგეობა ორმაგია (ზერო გამოყენება), სექსუალური მოწესრიგეობა ინდივიდმა უნდა განსაზღვროს, რადგან სრული სექსუალური უ აქტივობა არ არის ჯანსაღი და არც მიზანი. მოწესრიგების განმარტება პირადი განცხადებაა – როგორც წესი, თერაპევტის თანამონაწილეობით შემუშავებული დოკუმენტი, რომელიც აკმაყოფილებს:

რა უნდა განისაზღვროს?	მაგალითი განმარტების კომპონენტები:	რატომ არის მნიშვნელოვანი კონკრეტულობა?
ძირითადი ქცევები – კონკრეტული მოქმედებები, რომლებიც ამ ადამიანისთვის რეციდივის ნიშნებს წარმოადგენენ.	პორნოგრაფიის გამოყენების დამოკიდებულებისთვის: არ არის სასურველი პორნოგრაფიის მიზანმიმართული გამოყენება. სექსუალური პარტნიორის ძლიერი სწრაფვისთვის: არ არის სასურველი ანონიმური ან შემთხვევითი სექსუალური ურთიერთობები. ემოციური რეგულაციისთვის სექსის გამოყენების შემთხვევაში: არ არის სასურველი სექსუალური აქტივობა, როგორც პირველადი რეაქცია ემოციურ დისკომფორტზე.	პიროვნების ქცევები, რომლებიც არ შეესაბამება ნარკოტიკებისგან თავისუფლობას, საკმარისად კონკრეტულია, რათა ნებისმიერ სიტუაციაში "დიახ/არა" პასუხი გაეცეს. "არანაირი სექსუალური იმპულსური ქცევა" არ არის განმარტება - ის ძალიან ზოგადია, რომელმაც კონკრეტული გამოყენება ჰქონდეს. "არანაირი პორნოგრაფია, არანაირი დატინგ აპლიკაციების გამოყენება 21:00-დან" არის განმარტება.
საშუალო წრე - ქცევები/აქტივობები, რომლებიც თავად არ არის რეციდივი, მაგრამ ცნობილია, როგორც რეციდივის წინმორბედი ამ კონკრეტულ პირისთვის.	მოტოტყუებულად ყოფნა სასტუმროში, როდესაც არავის გაქვთ თქვენი ადგილმდებარეობა. კონკრეტული სოციალური მედიის გვერდების დათვალიერება. გარემოში ყოფნა გეგმის გარეშე. ეს	საშუალო წრეზე ყურადღება საშუალებას აძლევს ადამიანს, რომ გააცნობიეროს, როდესაც ის იმ ფაზაშია, რომელიც წინ უძარცველდება შეგუბრებას – და იმოქმედოს შეგუბრების წინ, არა მის შემდეგ.

	არის ქცევები, რომლებიც წინასწარ განსაზღვრულად მიგვიყვანენ შეშვებას, თუმცა არ არის თვითონ შეშობა.	
ჯანსაღი გარე წრე მოიცავს ქცევებს, რომლებიც შეესაბამება ინდივიდის აღდგენის პრინციპებს და ხელს უწყობს ჯანსაღ სქესობრივ ცხოვრებას.	სქესობრივი ურთიერთობა არსებულ პარტნიორულ ურთიერთობაში. თვითონკითხვის მოხდენა პორციების გარეშე (თუ ეს შესაბამისია კონკრეტული ადამიანისთვის). ჯანსაღი ქცევები ურთიერთობებში. ფიზიკური სიყვარულის გამოხატვა, რომელიც არ არის სექსუალურად დამოკიდებულობითი.	გამოჯანმრთელება არ გულისხმობს სექსუალურობის აღმოფხვრას. ეს არის სექსუალური ქცევაზე ნებაყოფლობითი კონტროლის დაბრუნება. გარე წრე აღწერს, როგორ გამოიყურება ჯანსაღი გამოხატულება, რათა გამოჯანმრთელება მიზნად ისახავდეს რაიმეს შექმნას, არა მხოლოდ რაიმესგან თავის დაღწევას.

7.2 — CSBD-სთვის დამატებითი საშუალებები.

სუპლიმენტი	დოზა	დრო.	CSBD-ს სპეციფიკური არგუმენტაცია.
NAC (N-Acetilcisteini) – ყველაზე მნიშვნელოვანი ერთეული დანამატი კომპულსიური ქცევების შემთხვევაში.	600 მგ დღეში ორჯერ.	დილა და საღამოს	NAC აღადგენს გლუტამინის ჰომეოსტაზს აკუმბენსის ბირთვში და წინასწარმეტყველების კორტექსში – სწორედ ეს დარღვევა იწვევს კომპულსურ ქცევებს. კლინიკურმა გამოცდებმა დაადასტურა, რომ NAC-ი ამცირებს კომპულსურ ქცევებს თამაშებში, ტრიქოტილომანიაში და ნარკოტიკების გამოყენებაში. გლუტამინის ნორმალიზაციის ეფექტი ამცირებს კომპულსიური იმპულსის ინტენსივობას, არ იწვევს სედაციას ან ჯილდოების სისტემის ჩახშობას.
5-MTHF - სეროტონინის სინთეზის მხარდაჭერა.	400-1000 მკგ	დილა მშვიდობისა.	სეროტონინის სისტემა არის სიკვანძის სარქველთან დაკავშირებული ნიშანი – ბუნებრივი "გამორთვის" მექანიზმი სექსუალური ქცევისთვის. MTHFR-ის ჰომოზიგოტებში, სეროტონინის

			სინთეზის დარღვევა მოკლეებს რეფრაქტორულ პერიოდს და აჩქარებს მსურველობის დაბრუნებას. 5-MTHF პირდაპირ მხარს უჭერს სეროტონინის სინთეზის გზას, რომელიც ქმნის სიკვანძის სარქველს.
ციнкი – ტესტოსტერონის და ოქსიტოცინის მეტაბოლიზმის მხარდაჭერა.	15-30 მგ საკვებთან ერთად.	ღამე მშვიდობისა!	ციнкია კოფაქტორი ტესტოსტერონის მეტაბოლიზმისთვის და იმ ფერმენტებისთვის, რომლებიც ოქსიტოცინის სინთეზში და დამუშავებაში მონაწილეობენ. ჯანსაღი ტესტოსტერონი ხელს უწყობს ნორმალიური (არ არის ჭარბი) ლიბიდოს გამოხატვას. ოქსიტოცინის მხარდაჭერა ხელს უწყობს სექსუალური აქტივიტის "კავშირის" კომპონენტს, რომელსაც კომპულსური სექსუალური ქცევა სპეციალურად აჩქარებს.
მაგნიუმის გლიცინატი.	400 მგ ელემენტარული ფორმით.	ღამე მშვიდობისა!	ოქსიტოკსინის სინთეზის კოფაქტორი. გლიცინის კომპონენტი არის NMDA-ს კო-აგონისტი, რომელიც მოდულირებს გლუტამატურ სისტემას, გარდა NAC-ისა. მაგნიუმის გლიცინატის დამშვიდებელი ეფექტები ამცირებს იმ შიშს, რომელიც ქმნის სქესობრივ ურთიერთობებს ემოციური რეგულირების ინსტრუმენტად.
D ვიტამინი.	2000-4000 IU	დილა ცხიმთან ერთად.	D ვიტამინის დეფიციტი დაკავშირებულია განწყობების რეგულირების დარღვევასთან და ინჰიბიტორული კონტროლის შემცირებასთან. D ვიტამინის რეცეპტორები გვხვდება მთლიანად წინანაყულოვან ტვინში – იმ არეში, რომელიც პასუხისმგებელია ინჰიბიტორულ კონტროლზე და რომელიც "დაკავების" სიგნალს აძლევს. დეფიციტი სპეციფიკურად ა weakened წინანაყულოვანი ფუნქცია, რაც საჭიროა იმპულსური სექსუალური ქცევის აღდგენისთვის.

7.3 — პროფესიონალური მკურნალობის რესურსები.

CSBD-ს აქვს სპეციალურად მომზადებული პრაქტიკოსები, რომლებიც თერაპიის სხვა დარგებში სრულად არ არის წარმოდგენილნი.

- CSAT (სექსუალური დამოკიდებულების სერთიფიცირებული თერაპევტი): სპეციალისტები, რომლებიც სპეციალურად გადაკვეთილა სექსუალური კომპულსიის მკურნეობაში IITAP-ის სერთიფიცირების პროგრამის საშუალებით. CSAT-ს შეგიძლიათ იპოვოთ iitap.com ვებსაიტზე.
- Sex Addicts Anonymous (SAA): 12-ეტაპიანი პროგრამა, რომელიც განკუთვნილია სპეციალურად იმ პირებისთვის, რომლებიც განიცდიან კომპულსურ სექსუალურ ქცევას და რომელთათვისაც გაფართოებული და უფრო მოქნილი ნ sobering-ის (მადეგობა) □□□□□ ченаია, ვიდრე ზოგადი 12-ეტაპიანი პროგრამების შემთხვევაში. საზოგადოება გრძნობს კონკრეტულ შფარვასთან დაკავშირებულ დინამიკას და არ ეჭიდება კონკრეტულ ქცევებს.
- SMART Recovery: არარელიგიური, ქცევითი მიდგომა, რომელიც არ იყენებს 12-ეტაპიან მოდელს. ხელმისაწვდომია იმ ადამიანებისთვის, რომლებსაც ზემდგომ ძალასთან დაკავშირებული კონცეფცია არ აწყობს.
- სექსუალური დამოკიდებულების მქონე პირთა პარტნიორები: თუ პარტნიორმა განიცადა ტრავმა, რომელიც გამოწვეულია კომპულსიური სექსუალური ქცევის აღმოჩენით, პარტნიორს საკუთარი მხარდაჭერა ესაჭიროება – COSA (Co-Sex Addicts Anonymous), SANON ან ინდივიდუალური თერაპია CSAT-ьertifikატის მქონე სპეციალისტთან. პარტნიორის ტრავმა რეალურია და მოითხოვს საკუთრივ მკურნალობას, რომელიც უნდა იყოს განყოფილი წყვილის თერაპიისგან.

მეთვრამეული თავი — ბუნებრივი სექსუალური ჯანმრთელობის არქიტექტურა.

"ცენტურიონი" - აღდგენა არ არის სექსუალურობის არარსებობა. ეს არის ნებაყოფობითი, ურთიერთკავშირზე დაფუძნებული, სასიამოვნო სექსუალურობის აღდგენა.

ეს განყოფილება აღწერს იმას, რისკენ არის მიმართული აღდგენა – არა კონკრეტულ ქცევებს ან ურთიერთობების სტრუქტურებს, რაც ინდივიდის და კულტურის შესაბამისად მერყეობს, არამედ ჯანსაღი სექსუალური გამოხატვის ნევროლოგიურ და ფსიქოლოგიურ თვისებებს.

ხარისხი	□ოგორ გამოიყურება	როგორც კომპულსური სექსუალური ქცევამ შეაფერხა ეს.
სავალდებულო კონტროლი.	ადამიანს შეუძლია თავისუფლად აირჩიოს სქესობრივი აქტივობის განხორციელება ან არ განხორციელება, იმის საფუძველზე, თუ რა არის მისთვის სასურველი, როგორია მისი სიტუაცია და რა მნიშვნელობა აქვს მას. ის ასევე შეუძლია შეწყვიტოს ამ საქმიანობით, იმავე მოტივებზე დაყრდნობით. ქცევა კონტროლდება ადამიანის მიერ, არა კომპულსური სურვილის მიერ.	CSBD-მ სპეციალურად ამ კონტროლს აუქმებს. ადამიანი მოქმედებს საკუთარი ღირებულებებისა და ნებისწრვების საწინააღმდეგოდ. აღდგენა აღადგენს პრეფრონტალური რეგიონის ფუნქციას, რაც გონიერი არჩევანის საშუალებას იძლევა.
მზარდი ინტერესი, როგორც მთავარი მოტივატორი.	სქესობრივი აქტივობა, რომელიც ხორციელდება რეალურ სურვილზე დაფუძნებული, როგორც თვითონ აქტივიტეტისადმი, ისე პარტნიორისადმი, ვიდრე დოპამინის ნაკლებობისგან გამომწვეული საჭიროების, ემოციური ტკივილისგან გამოსავლის, სიახლისმოყვარეობის ან ჩვევის გამო.	კომპულსური სექსუალური ქცევა იწვევს იმგავლენობას, რომელიც ხშირად განპირობებულია ყველაფრით, გარდა ნამდვილი სურვილისგან. ადამიანი შეიძლება გრძნობდეს კომფორტს, სასწრაფო აუცილებლობას, ჩვევას – მაგრამ არა □□□ სურვილს. აღდგენა გამოყოფს და აღადგენს ნამდვილ სურვილს, როგორც შესაბამის მოტივაციას.
კავშირი	სქესობრივი ურთიერთობა, რომელიც გულისხმობს პარტნიორთან ნამდვილ ემოციურ კავშირს – ოქსიტოცინის	პრაქტიკულად, სქესობრივი აქტივობა, რომელიც არ მოიცავს გრძნობიერი კავშირს, თანდათანობით შეამცირებს

	გამოყოფას, რაც კომპულსური სექსუალური ქცევის (განსაკუთრებით პორნოგრაფიისა და მუდმივად იცვლებელ პარტნიორებთან ურთიერთობის) დროს ხშირად არ ხდება.	სქესობრივი ურთიერთობის უნარს. აღდგენა ხელახლა აყალიბებს ოსტოტცინით შუალედებულ კავშირს, რომელსაც ჯანსაღი სქესობრივი აქტივობა უნდა ქმნიდეს.
სატიაცია	ორგაზმის შემდეგ ჩვეულებრივი რეფრაქტული პერიოდი – ისტორიული კმაყოფილების მდგომარეობა, რომელიც არ იწვევს "ო instantად ახალ სურვილს.	კომპულსური სექსუალური ქცევა ხშირად იწვევს ციკლს, რომელშიც ორგაზმის შემდგომი მდგომარეობა უმწოვრობას იწვევს, ნაცვლად იმისა, რომ კმაყოფილებას მოუტანოს, რაც აძლიერებს სწრაფ დაბრუნებას აქტივობაში ემოციური რეგულირების მიზნით. სეროტონინის დაკმაყოფილების გრძნობიერი სიგნალი ჩაგრულია უმწოვრობის გამო вызванная тревога-ს მიერ. აღდგენა აღადგენს ბუნებრივ დაკმაყოფილებას.

8.1 — ტრანსპლანტაცია

როგორც ყველა ქცევითი დამოკიდებულების შემთხვევაში "არ არის საჭირო ნივთიერება" სერიაში, იმ კულტისებრმა ელემენტმა, რომელიც ორგანიზებულია აკვიატებული სექსუალური ქცევის გარშემო, შეიძლება გადატანილ იქნას სხვა კონტექსტებში. CSBD-ს კონკრეტული კომპონენტები, რომლებიც შესაძლებელია სხვა მიმართულებით გამოყენებისთვის:

- ინტენსივობის და სიახლისკენ სწრაფვა: "სამხედრო" კონსტიტუციის მატერიალური სურვილი ინტენსიური და ახალი გამოცდილების მიღებაზე არის ორიენტირებული, რაც შეიძლება გადამისაღები იყოს თავგადასავლებში, სპორტულ შეჯიბრებებში, რომლებიც შესაძლებლობების ზღვარაზე ხდება, მოგზაურობაში, კრეატიული საქმიანობაში და მეწარმეობაში. ინტენსივობა არის მთავარი. პრობლემა იყო საშუალება.
- პარტნიორებთან ურთიერთობის დაძველებული ციკლი, რომელიც გამოხატავდა სიახლობეს ძიებას: ნამდვილი ადამიანური კავშირის სწრაფვა – რაც ამ დაძველებულმა მოდელმა ცდილა მიეღწევინა, თუმცა კონკრეტულად ხელს უშლიდა რეალურ კავშირს – შეიძლება გადაინაწილდეს ღრმად, სტაბილურ და ურთიერთობრივ ურთიერთობათა განვითარებაზე. რაც ყოველთვის ისეთი იყო, ეს იყო კავშირი. ხოლო ის, რაც გამოიყენებოდა, სპეციალურად აფერხებდა მიზნის მიღწევას.
- ემოციური რეგულაციის ფუნქცია: იმავე ემოციურ მდგომარეობებს, რომელთა მოვლისთვისაც იყენებდა კომპულსიული სექსუალური ქცევა (анXIეტობა, დეპრესია, მარტოობა, მოსაბეთუნება), ახლა საჭიროა ალტერნატიული მეთოდები. ფიზიკური აქტივობები, კრეატიული საქმიანობა, სოციალური

ურთიერთობები – ეს ყველაფერი უკეთესია ემოციების რეგულაციისთვის და არ არის დაკავშირებული კომპულსიურ ციკლთან. DBT-ის TIPP ტექნიკები, რომლებიც მოცემულია სრული სიიდან, სპეციალურად ამისთვისაა განკუთვნილი.

შუამდგომლობა - ბიოლოგია, მექანიზმი, აღდგენა.

THE CENTURION — ეს არ არის მორალური შეცდომა. ეს არის ბიოლოგიური ნიმუში. იგივე აღდგენის არქიტექტურა მუშაობს.

ეს სახელმძღვანელო განსაზღვრავს:

ბიოლოგია: დოპამინი, ενδογენური ოპიოიდები, ოსიტოკსინი, კულიჯის ეფექტი, პორნოგრაფის ზედმეტად დიდი სტიმულაცია. მექანიზმი კონკრეტულია, დადასტურებულია და არ არის ხასიათობრივი ნაკლი.

ფარმაკოგენომიკა: DRD2 A1 (ჯილაკის დეფიციტი), COMT Val/Val (ინტენსივობის ძიება), MTHFR C677T (სეროტონინის საციის დარღვევა). იგივე ვარიანტები, რაც ნარკოტიკების დამოკიდებულებას ახასიათებს.

CSBD-ს ICD-11-ში: ეს არის ოფიციალურად აღიარებული მდგომარეობა მსოფლიო ჯანდაცვის ორგანიზაციის საერთაშორისო კლასიფიკაციაში, არ არის მორალური შეფასება, რომელიც გამოხატულია კლინიკურ ენაზე.

ასი გულწრფელად არ აუმჯობესებს მდგომარეობას, არამედ გაუარვებავს მას. სიზარმაცე ზრდის იმგავლ თემოციონალურ ტკივილს, რომელსაც კომპულსური ქცევა ცდილობს მოშუშოს. სიზარმაცის ამოღება სისტემიდან არის პირველი კლინიკური ნაბიჯი.

პორნოგრაფიასთან დაკავშირებული პროფილი: ზედმეტი სტიმულირება, კულუჯის ეფექტი, დესენსიბილიზაცია, რეალურ პარტნიორთან ურთიერთობის მოთხოვნების შემცირება, წინანა□ი მოქმედების დარღვევა. 90-დღიანი პერიოდი არის ნეიროლოგიური აღდგენის დასაწყისი.

სამედიცინო დანართების კომბინაცია: NAC (გლუტამატის ჰომეოსტაზის მხარდაჭერა, იმპულსური ქცევის შემცირების მექანიზმი), 5-MTHF (სეროტონინის საციის მხარდაჭერა), რკინა (ოქსიტოცინის მეტაბოლიზმის მხარდაჭერა), მაგნიუმის გლიცინატი, ვიტამინი D3.

შვებამოსილება: განსაზღვრეთ ნ sobering. დააწესეთ პასუხისმგებლობა. თუ არსებობს ტრავმა, მის მიმართ რეაგირება. თუ ურთიერთობებია დარღვეული, მათზე მუშაობა. შექმენით ბუნებრივი სტრუქტურა. მიზანი არის ნებაყოფობითი, დაკავშირებული და სასიამოვნო სქესობრივი ცხოვრება – არა მისი არარსებობა.

SAMHSA: 1-800-662-4357 | SAA: saa-recovery.org | CSAT directory: iitap.com
კრიზისი: findahelpline.com | ეროვნული ოჯახში ძალადობის სატელეფონო ხაზი: 1-800-799-7233

Recovery Kernel | იმპულსური სექსუალური ქცევა | ქცევითი დამოკიდებულების სერია.
ვერ შემიძლია ამ კონტენტს გადმოვიღო.

ბიოლოგია, არ არის მსჯელობა. აღდგენა მუშაობს.